

42秒62
近七年中国女子
4×100米最快接力

川妹子刘国怡 第二棒表现亮眼



当地时间5月3日,在博茨瓦纳哈博罗内举行的世界田联接力赛女子4×100米接力决赛中,中国队第一棒选手梁小静(右)与第二棒选手刘国怡交接棒。新华社记者 杨光 摄

5月2日,2026年世界田联接力赛女子4×100米接力预赛现场,当中国队以42秒62的成绩锁定小组第一、拿到2027年北京田径世锦赛入场券的那一刻,跑第二棒的刘国怡站在跑道上,整个人“有一点懵”。

“梁小静、朱俊颖、陈好颖她们三人拿着直通门票等我的时候,我还没反应过来。”回忆起那个瞬间,22岁的攀枝花姑娘刘国怡坦诚地说。这是她第一次以主力身份站上世界大赛舞台,紧张和激动在那一刻交织而来。

这是中国女子4×100米接力队近七年来的最佳战绩。根据赛事规则,本届世界接力赛各项目晋级决赛的前8名队伍,将直接获得2027年北京田径世锦赛的参赛资格。最终,中国队在5月3日的决赛中获得第五名,也为明年的世锦赛积累了信心。

“不太愿意练”的姑娘

刘国怡的运动生涯开始得并不早,出生于2004年的她,高中时因在校运会上跑得比别人快一些,被老师一眼相中。“当时我自己其实不太愿意,因为没系统了解过。”回忆起最初的选择,刘国怡毫不掩饰曾经的犹豫。但攀枝花市体校教练黄光明的坚持,改变了她的人生轨迹。黄教练将她推荐到成都,跟随四川体育职业学院田径运动管理中心教练黄祥开启了完整的系统训练。

从攀枝花到成都,第一次独自离家训练的孤独感,几乎让刘国怡打了退堂鼓。“觉得不想练了,太累了。”但集训10天后,田径的趣味性悄悄渗透进她的生活。“感觉练田径还是挺好玩的,慢慢就喜欢上了。”刘国怡说。

2022年,在四川省第十四届运动会上,刘国怡一战成名,以11秒52的成绩打破了尘封20年的女子甲组100米省运会纪录,还以23秒89改写200米赛会纪录,双项达到国家健将级标准。那时她刚考入成都体育学院,正式开启专业运动员之路。彼时的她意气风发,觉得“还可以跑得更快”。



刘国怡和教练黄祥。受访者供图

但快,有时候恰恰是慢下来的开始。竞技体育的残酷,往往藏在巅峰之后。成绩快速上升的同时,她的身体素质却没能完全跟上训练强度的提升。“心态处于有点崩溃的状态。”刘国怡没有回避那段低谷期。从省运会的高光到随后的挣扎,她经历了一名年轻运动员必经的“成长痛”。竞技体育从不缺少天才,缺的是跌下去还能爬上来的人。

转机来自刘国怡从四川省队到国家队的那一步。当身边站着的是比自己更快的人,一种念头被激活了:“我也要变强,也要变快。”

第二棒是弯道,是承接和传递

4×100米接力中,第二棒是弯道,是承接,是传递。“一棒交给你,你交给三棒,哪个环节出错,整场报废。”

刘国怡的任务是:接住,再交出去。“如果准备起早了,我就慢慢降步,但不能急刹车;如果起晚了,就全力起出去,不能让队友怨到身上。”她说得轻描淡写,但所有的思考、动作准备,需要在十余秒内全部完成,没有一点运气成分。无数次训练和失误换来的肌肉记

忆,都是一毫米、一秒秒争来的。

老将梁小静是她的“一棒搭档”,被刘国怡称为“静姐”。“静姐会一点一点给我讲,起早或起晚都不要慌,别紧张。降步不能急刹,起跑不能犹豫。”刘国怡说。

新人入队,老将传帮带,这便是“接力”。赛后,首次参加世界大赛的刘国怡表示,自己上场时有些紧张,但非常相信团队和集体的力量。她在学,学着接住别人递来的东西,也学着稳稳地交出去。

坚持,坚持,还是坚持

谈及自己的成长经历,刘国怡反复提到一个词:“不放弃”。

“田径这个项目还是有点枯燥的。到了某个水平之后,每个人都会遇到瓶颈或伤病。很多人因为瓶颈或伤病就选择了退役。”她顿了顿,提起一位让她敬佩的运动员——同样经历多次伤病,却始终未曾放弃的前辈苏炳添,“他永远有从头再来的勇气。”

22岁的刘国怡,依然将自己定位为学习者。“还是得多向老一辈学习,像炳哥、静姐他们。”对于未来,她的目标具体而务实:“今年的亚运会,如果有机会的话,希望能像这次世界田联接力赛,拿出亮眼的表现;明年的北京世锦赛,在没有伤病的情况下,希望保持良好的竞技状态,同时更加努力。”

教练黄祥把刘国怡的这几年分成“三年一台阶”:2019年到2022年,打基础,等花开;2022年到2025年,磨心态,练成熟;而在2026年之后,她需要用比赛来证明自己。黄祥说:“她转变最大的地方就是目标感和努力方向更清晰了,干劲更足了。她成熟了很多,有想法了,愿意为自己做的事情去想去努力。”

采访最后,刘国怡说起自己从冬训以来一直冲击的目标——百米达到国际健将标准。国家队教练正在帮她调整发力模式和起跑反应,她需要时间巩固新的技术体系。

一切仍在进行中,如同她在第二棒弯道上的姿态:既要加速,也要稳住,目光紧盯着前方伸出的那双手。

而这一次,接力棒交到了她自己手中。

华西都市报-封面新闻记者 车家竹

知冷暖

成都市区天气情况

今日	多云 偏北风1-2级	19-29℃	明日	阴转小雨 偏北风1-2级	19-28℃
----	---------------	--------	----	-----------------	--------

省内主要城市今明两日天气

马尔康	晴	4-25℃	小雨	9-25℃
康定	多云转小雨	8-22℃	小雨	8-15℃
西昌	多云	18-28℃	小雨	17-29℃
攀枝花	晴	19-32℃	多云转晴	19-33℃
广元	晴	16-28℃	多云转小雨	17-29℃
绵阳	多云转晴	19-29℃	阴转小雨	19-30℃
遂宁	晴	18-28℃	多云转大雨	19-30℃
德阳	多云转晴	18-28℃	阴转小雨	19-28℃
雅安	阴	18-26℃	阴转中雨	18-26℃
乐山	阴	20-28℃	阴转小雨	19-27℃
眉山	多云	19-28℃	阴转小雨	19-28℃
资阳	多云	20-30℃	阴转中雨	19-30℃
内江	晴转阴	19-29℃	阴转中雨	19-29℃
自贡	晴转阴	21-29℃	阴转中雨	21-28℃
宜宾	晴转多云	20-29℃	阴转中雨	20-29℃
泸州	晴转多云	20-29℃	阴转大雨	20-29℃
南充	晴	19-27℃	多云转中雨	20-30℃
广安	晴	19-27℃	多云转小雨	20-30℃
巴中	多云转晴	17-27℃	多云转小雨	19-29℃
达州	晴	19-28℃	晴转小雨	21-31℃

同呼吸

12日空气质量

成都(18时)
AQI指数 74 空气质量:良

13日空气质量预报

成都主城区
AQI指数 121-151
空气质量等级:轻度至中度污染
成都平原部分城市为轻度至中度污染;
川南部分及川东部分城市为良至轻度污染;
盆地其余城市为优或良;
攀西地区和川西高原大部城市为优或良;
全省首要污染物以PM2.5为主。

(数据来源:各地生态环境部门官网)

体彩

中国体育彩票5月12日开奖结果

7星彩第26053期全国销售16935980元。开奖号码:433218+12,一等奖1注,单注奖金500万元;二等奖7注,单注奖金75904元;三等奖20注,单注奖金3000元。288021382.93元奖金滚入下期奖池。

排列3第26122期全国销售39457742元。开奖号码:747。直选全国中奖12148(四川611)注,单注奖金1040元;组选3全国中奖16254(四川872)注,单注奖金346元。72043595.07元奖金滚入下期奖池。

排列5第26122期全国销售22526794元。开奖号码:74761。一等奖42注,单注奖金10万元。74115411.20元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2026年7月13日,逾期作弃奖处理。